



Distanciamiento social

ante enfermedades infecciosas

Las medidas de distanciamiento social se toman para restringir cuándo y dónde las personas pueden reunirse a fin de detener o demorar la propagación de enfermedades infecciosas. Las medidas de distanciamiento social incluyen limitar las reuniones de grandes grupos de personas, cerrar edificios y cancelar eventos.

Protéjase a usted mismo y proteja a su comunidad.

Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol. Evite el contacto cercano con personas enfermas y, si usted está enfermo, quédese en su casa.



Lea las comunicaciones de universidades y escuelas:

Infórmese sobre la suspensión de clases, las opciones de aprendizaje basado en la web y la cancelación de todas las grandes reuniones y encuentros en el campus.



Colabore con su empleador.

Coopere con la gerencia para cambiar las prácticas de la compañía, establecer planes de turnos flexibles, permitir que los empleados trabajen a distancia y cancelar toda reunión o conferencia con muchos asistentes.



Cambie sus hábitos diarios.

Evite comprar en las horas pico y aproveche los servicios de entrega y retiro que ofrecen por las tiendas



Mantenga al menos seis pies de distancia entre usted y otras personas.

Evite estrechar la mano como saludo social.



Evite los lugares con mucha gente.

Eventos deportivos, festivales comunitarios y conciertos.



Más información:

HoustonEmergency.org

Adaptado del Departamento de Salud de Florida

